

ZAMONAVIY JAMIYATDA PSIXOLOGIK YORDAM KO'RSATISH XIZMATINING NAZARIY VA AMALIY ASOSLARI.

Maxmudova MahliyoXon
FarDu 1- bosqich magistranti

Annotatsiya: Zamonaviy jamiyatda psixologik yordam ko'rsatish xizmatlari, insonlarning ruhiy salomatligini saqlash va rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Psixologik yordam, shaxsning ichki muammolarini hal qilish, stressni boshqarish, munosabatlarni yaxshilash va umumiy ruhiy holatni yaxshilashga qaratilgan. Ushbu maqolada psixologik yordam ko'rsatish xizmatining nazariy va amaliy asoslari haqida so'z yuritamiz.

Kalit so'zlar: jamiyat, psixologik yordam, xizmatlar, psixologik mexanizmlar, ta'lim tizimi, dolzarb muammolari.

Аннотация: В современном обществе службы психологической поддержки играют важную роль в сохранении и развитии психического здоровья людей. Психологическая помощь направлена на решение внутренних проблем личности, управление стрессом, улучшение взаимоотношений и улучшение общего душевного состояния. В этой статье мы поговорим о теоретических и практических основах службы психологической поддержки.

Ключевые слова: общество, психологическая поддержка, услуги, психологические механизмы, система образования, современные проблемы.

Abstract: In modern society, psychological support services play an important role in maintaining and developing people's mental health. Psychological help is aimed at solving internal problems of the individual, managing stress, improving relationships and improving the general state of mind. In this article, we will talk about the theoretical and practical foundations of the psychological support service.

Key words: society, psychological support, services, psychological mechanisms, educational system, current problems.

So'ngi yillarda jahon psixologiyasida psixologik xizmatni tashkil etish muammosini o'rganishga alohida tadqiqot yo'nalishi sifatida e'tibor qaratilmoqda. Hozirgacha psixologik tadqiqotlarda pedogog psixolog shaxsning har tomonlama rivojlanishi uchun qo'lidan kelgan barcha ishlarni qilishi, ijtimoiy psixologik xizmat va uning o'ziga xos xususiyatlari o'rganilgan. Mazkur yo'nalishda psixologik xizmatni tashkil etishning turli usullari va zamonaviy texnologiyalarini ifodalovchi zamonaviy psixologik mexanizmlarni qo'llash hamda joriy etish masalasining muhimligiga e'tibor qaratilmoqda. Ayni vaqtda psixologik xizmatni tashkil etish personallardagi muammolarni bartaraf etish kabi holatlar dolzarb muammolar sifatida qaralmoqda.

Bugungi kunda ta'lim tizimlarida psixologik xizmatni joriy etish borasida olib borilayotgan qator nazariy-ilmiiy va amaliy-uslubiiy ishlar psixologik xizmatni joriy etish va rivojlantirish uchun ma'lum darajada asos bo'lmoqda. [1, 36 b.].

Bugungi psixologik xizmatning qulay va shaxs kamoloti uchun nihoyatda ahamiyatli tomonlari barchaga ma'qul va manzur bo'lgan. Lekin psixologik xizmatning keng targ'ibot qilinishi uchun yuqoridan maxsus rasmiy farmoyishning va amaliyotchi psixologlarning nihoyatda taqchilligi yoppasiga barcha maktablarda xuddi shunday psixologik xizmatni tatbiq etish ishiga birmuncha to'sqinlik qilib kelar edi. 1990-yillarga kelib mustaqillik, erk, o'zlikni anglash hislari hukmron bo'lgan O'zbekiston sharoitida inson va jamiyat kamolotini ko'zlovchi barcha ijtimoiy sohalar singari psixologik xizmat tatbiqining keng quloqch yoyishi uchun ham o'ziga xos zamin hozirlandi. Bu esa O'zbekiston uchun xarakterli bo'lgan psixologik xizmat rivojlantirilishining navbatdagi amaliyotchi-psixologlar tayyorlash bosqichiga o'tishni muqarrar qilib qo'ydi. [2, 16 b.].

Chunki maktabdagi ijtimoiy-psixologik iqlimni tahlil qila oluvchi malakali amaliyotchi-psixologlar tayyorlamay turib, O'zbekistonda psixologik xizmat tatbiqini muvaffaqiyatli amalga oshirib bo'lmas ekan. Shunga muvofiq dastavval Toshkentda, so'ngra Buxoroda, keyinchalik Navoiy, Andijon, Samarqand va boshqa viloyatlarda umumta'lim maktablari uchun "Amaliyotchi-psixologlar" mutaxassisligi bo'yicha qayta tayyorlov kurslari ochildi va bu kurslarni muvaffaqiyatli tugatganlar Respublikamizning talaygina maktablarida psixologik xizmat tashkilotchisi, targ'ibotchisi va tadqiqotchisi samarali ish olib bormoqdalar.

Psixologik yordam ko'rsatish jarayonida turli psixologik nazariyalar qo'llaniladi. Masalan, kognitiv-behavioral terapiya, psixoanaliz, humanistik psixologiya va boshqa nazariyalar, shaxsning ichki muammolarini tushunishga va hal qilishga yordam beradi. Har bir nazariya, inson psixikasini va uning muammolarini turli jihatdan tushuntiradi. Psixologik yordam ko'rsatish xizmatlari, ruhiy salomatlikni saqlash va rivojlantirishga qaratilgan. Ruhiy salomatlik, insonning o'zini qanday his qilishi, stressga qanday munosabatda bo'lishi va ijtimoiy munosabatlarni qanday boshqarishi bilan bog'liq. Psixologik yordam, ruhiy salomatlikni yaxshilashga yordam beradi. Ijtimoiy psixologiya, insonlarning ijtimoiy muhitda qanday harakat qilishini va o'zaro munosabatlarni o'rganadi. Psixologik yordam ko'rsatish jarayonida, ijtimoiy psixologiyaning asoslari, shaxsning ijtimoiy muammolarini hal qilishda muhim ahamiyatga ega. Psixologik yordam ko'rsatish jarayonida, psixologlar shaxslar bilan individual yoki guruh konsultatsiyalar o'tkazadilar. Bu jarayon, shaxsning muammolarini tushunishga va hal qilishga yordam beradi. Psixologlar, shaxsning his-tuyg'ularini, fikrlarini va xatti-harakatlarini tahlil qilib, muammolarni aniqlaydilar. Psixologik yordam ko'rsatish jarayonida turli terapiya turlari qo'llaniladi. Masalan, kognitiv-behavioral terapiya, psixoanalitik terapiya, guruh terapiyasi va

boshqa usullar, shaxsning muammolarini hal qilishda samarali bo'lishi mumkin. Har bir terapiya turi, shaxsning ehtiyojlariga qarab tanlanadi. Psixologik yordam ko'rsatish jarayonida, shaxslarni ruhiy salomatlikni saqlash va rivojlantirish bo'yicha ta'lim berish muhim ahamiyatga ega. Psixologlar, shaxslarni stressni boshqarish, ijtimoiy munosabatlarni yaxshilash va o'z-o'zini rivojlantirish bo'yicha o'qitishadi. Psixologik yordam, ruhiy salomatlikni saqlash va rivojlantirishga yordam beradi. Bu, insonlarning umumiy hayot sifatini yaxshilashga olib keladi. Zamonaviy hayotning tezkorligi va murakkabligi, ko'plab insonlarda stress va ruhiy muammolarni keltirib chiqaradi. Psixologik yordam, stressni boshqarish va muammolarni hal qilishda yordam beradi. Psixologik yordam, insonlarning o'zaro munosabatlarni yaxshilashga yordam beradi. Bu esa ijtimoiy birlikni mustahkamlashga va jamiyatda ijobiy o'zgarishlarga olib keladi. [3, 71 b.].

Xulosa:

Zamonaviy jamiyatda psixologik yordam ko'rsatish xizmatlari, ruhiy salomatlikni saqlash va rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Psixologik yordamning nazariy va amaliy asoslari, shaxslarning ichki muammolarini hal qilishda va ijtimoiy munosabatlarni yaxshilashda samarali bo'ladi. Psixologik yordam ko'rsatish xizmatlari, insonlarning hayot sifatini yaxshilashga va ruhiy salomatlikni saqlashga yordam beradi. Shuning uchun, psixologik yordam ko'rsatish xizmatlarini rivojlantirish va kengaytirish, zamonaviy jamiyatning muhim vazifalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V.M. Mustaqil fikrlash. -T.: Sharq, 2000. -112-bet
2. Karimova V.M., Sunnatova „Mustaqil fikrlash" o'quv qo'llanmasi bo'yicha mashg'ulotlarni tark etish uslubiyoti. -T.: Sharq, 2000. -16-bet
3. Tadjieva S.X., Sabirova D.G'. "Tanglik vaziyatida qolgan bolaga psixologik yordam ko'rsatish". T.: RBIMM, 2011 y. 142 b
4. G'oziyev E.G' Umumiy psixologiya. Toshkent. 2007. 1-2-kitob.
5. Andreeva G.M. Sotsialnaya psixologiya. Uchebnik. -M. Aspekt Press, 1999. 376-bet.